Hipertensión (Presión Arterial Alta)

Salud Cardiovascular en Missouri

¿Sufre usted de Presión Arterial Alta?

Factores de Riesgo no modificables

- ♥ Etnicidad
- ♥ Historia familiar de hipertensión

Factores de Riesgo Modificables

- ♥ Obesidad o subido de peso
- ♥ Falta de actividad física
- ♥ Alto consumo de sal y no suficiente potasio
- ♥ Toma de alcohol de manera excesiba
- ♥ Fumar

Nueva guia para la Presión Arterial – Mayo 2003

Normal	<120 Sistolica	y	<80 Diastolica
Pre-hipertensión	120-139 Sistolica	o	80-89 Diastolica
Hipertensión nivel 1	140-159 Sistolica	o	90-99 Diastolica
Hipertensión nivel 2	>160 Sistolica	o	>100 Diastolica

Presión Arterial Alta en Missouri

- El 27.5% de adultos en Missouri, más de uno de cada cuatro personas, tiene presión arterial alta.
- Uno de cada cuatro adultos en Missouri no realiza ninguna actividad de recreación física. Aunque la participación en actividades físicas en el estado han aumentado.
- Seis de cada diez adultos en el estado son obesos o estan subidos de peso, y el número va en aumento.
- Uno de cada cuatro adultos en Missouri fuma. En el 2001 Missouri era uno de los diez estados con el mayor porcentaje de fumadores en la nación. El porcentaje de fumadores en el estado esta bajando.
- Cuatro de cada cinco adultos en Missouri no comen las cinco porciones diarias recomendadas de frutas y vegetales.

¿Sabia usted que?

♥ A pesar de que la mayoría de los adultos (74.4%) han revisado su presión arterial, la Organización Nacional de Salud y Nutrición (NHANES) y la Organizaación Mundial de la Salud estima que solamente una tercera parte de las personas que sufren de presión alta la controlan.

♥ La presión arterial alta es la causa principal de derrame cerebral y representa uno de los factores de riesgos más altos para los enfermos de diabétes y enfermedades de corazón.

♥ En 1998, $108.8 billones de dólares se emplearon en el tratamiento de la presión arterial alta en los Estados Unidos.

Missouri Department of Health and Senior Services● Division of Community Health●
Chronic Disease Control Unit
(573) 522-2896